

# THE Y'S MEN'S CLUB OF TOKYO-GREEN

## 東京グリーン

CHARTERED 1973

<VOL. 516 2016.03 >

BULLETIN

2015年7月～2016年6月



国際会長 【Mission with Faith:信念のあるミッション】Wichan Boonmapajorn(タイ)  
アジア会長 【Through Love Serve:愛を持って奉仕をしよう】Edward K W Ong(シンガポール)  
東日本区理事 【原点に立って、未来へステップ】渡辺 隆理事(甲府クラブ)  
関東東部部長 【チェンジ】鈴木雅博部長(東京江東クラブ)  
クラブ会長 【皆仲良く 楽しく 奉仕を】青木方枝 東京グリーンクラブ会長

会 長 青木 方枝  
副 会 長 西澤 紘一  
副 会 長 目黒 卓  
書 記 布上征一郎  
会 計 柿沼 敬喜  
会計補佐 平林 正子  
担当主事 小野 実

### 3月 受難節(レント)

「イエスは苦しみもだえ、いよいよ切に祈られた。汗が血の滴るように地面に落ちた。イエスが祈り終わって立ち上がり、弟子たちのところに戻ってご覧になると、彼らは悲しみの果てに眠り込んでいた。」

(ルカによる福音書22:44-45)

<人間の罪を赦すためイエスさまが十字架に架かって死んでくださる。その神さまのご計画を目前にしてイエスさまは苦しめられた。なのに弟子たち(私たち)は眠り込んでしまった>

### 2016年3月 第一例会

日時:2016年3月16日(水) 18:30~20:30  
場所:千代田区和泉橋区民館 2階  
千代田区佐久間町 1-11 TEL03-3253-4931  
受付:平林君/司会:高谷君  
開会点鐘 青木会長  
ワイズソング・ワイズの信条 全 員  
聖句・お祈り 古平君  
ゲスト・ビジター紹介 青木会長  
食 事 ニコニコ献金(一言添えて)  
ゲストスピーチ 紹介 青木会長  
小山久恵 ワイズ(東京サンライズクラブ)  
報告「BF代表 オーストラリアの旅」

タイムカプセル・アンケート 西澤君  
各委員会報告 各事業委員長  
Happy Birthday<3月 ネット3名>  
YMCA 情報 小野君  
ドライバー 浅見ク君  
閉会点鐘 青木会長

\* 4月より小野 実担当主事が花井雅男主事と交代します。花井さんは元グリーンの担当主事です。

### ～ B F & ネット 強調 月 間 ～

#### BF<Brotherhood Fund>

BF 代表や国際役員が公式の旅行をするために積み立てられる基金。

東日本区では各クラブ BF 目標献金額 2000 円/名以上、区の総額では200万円くらいとしています。

#### BF代表<Delegate>

BF から旅費が支給され、ある地域(区)から他地域(区)を公式訪問する代表者。規定額以上の BF 献金をしているクラブから BF 代表(フルグラント)に応募できます。3~5週間の決められた日程・地域を訪問する義務があります。

また、国際、地域大会への費用の一部が支給される BF 代表枠(パーシャルグラント)もあり公募されます。

本日の例会卓話者は昨年度、BF 代表としてオーストラリアを訪問された東京サンライズクラブの小山久恵ワイズのご報告を伺うことになっています。

\*\*\*\*\*



グリーンクラブにはメネット会はありませんが、女性でなくては出来ないワイズの行事が多くあります。クラブ員、ウイメン、メネットに拘わらずできる人は進んで参加協力しています。(布上 記)

【例会出席率】 在籍:17名(含広義会員1名) メーキャップ 2名 出席率 10/16 63%

出席:2月 TOF 例会 (グリーンメン 8名、メネット 1名、ゲスト 1名)計 10名

【ニコニコ】 2月例会 9,000円 累計 95,600円

## <2016年2月 例会報告>

日時:2016年2月17日(水)18:30~21:00

場所:千代田区和泉橋区民館 3階和室

出席:グリーン(青木・浅見(隆)・浅見(ク)・柿沼・古平  
佐野・布上(征)・布上(信)・平林



2月TOF例会の講師は上原道康氏。柿沼会計の紹介。正に我々高齢者にはぴったりの演題「健康な高齢者であるために」。本当に爲になるお話をたっぷり伺った。

食事療法コンサルタント、食生活ジャーナリストである上原氏は日本成人病予防協会の認定講師として講演活動にも多忙で、情報誌も定期刊行、食生活のあり方、食品添加物などの正しい理解、予防医学の理解等など啓蒙活動をされている。

まず、人間の「平均寿命」の意味からお話しされた。平均寿命とは生まれたばかり0歳児があと何年生きられるかという数字であり、これに対して「健康寿命」という概念があり、「寿命を全うする間、どれだけ健康な期間があったか」ということで、これが大切。

健康な食生活に役立つ和の食材の頭文字をとって並べた一般的に言われている「まごわやさしい」・・・これをさらに発展させて「こまごたちわやさしいこに」・・・米・豆・ゴマ・卵・チーズ・ワカメ・野菜・魚・しいたけ・いも・酵母・肉・・・これらをバランスよく摂ってください。

まあ、多岐にわたるお話をされ、書ききれないが、ぜひ上原道康氏をネット検索していただくと、その奥の深さ、ご活躍の広がりがよくわかる。

最後にお風呂での高齢者の事故死が年間 5000人にもなるという。湯船から立ち上がった時に急に頭に血が上り溺死するという事故。気を付けましょう。

やはり、今日一番気に入った言葉は「酒は百薬の長」もちろん適量で、ということはおわかっております。



1月のHappy Birthdayと講師に記念品

例会後、講師を囲んで近くで「百薬の長」を堪能したのは言うまでもありません。(布上記)

## <2016年2月 第二例会報告>

日時:2016年2月10日(水)18:30~20:30

場所:千代田区和泉橋区民館 4階

出席:青木・稲垣・柿沼・布上・平林 5名

### 報告・連絡事項(2月ブリテン掲載)

\*2016年1月9日(土) 在京ワイズ新年会  
桜美林大アカデミーヒルズ

\*2016年1月20日(水)クラブ新年例会  
会場:和泉橋千代田区民館3階和室

\*2016年2月3日「林 福松 さんを偲ぶ会」

### 審議・協議事項

\*2016年3月5日(土) 東京YMCA 陽春の集い

\*2016年3月5日(土)~6日(日) 浅見(隆)・柿沼  
次期クラブ会長・部役員研修会 東山荘

\*2016年3月26日(土) 茨城クラブ10周年記念例会  
(つくば国際会議場) 青木・柿沼・布上出席

\*2016年4月14日(木) 第26回 東京YMCA  
チャリティーゴルフ大会 レイクウッド総成CC

\*2016年5月14日(土) 第73回神田川船の会 催行  
\*2016年6月4日(土)~5日(日)

第19回東日本区大会(長野市)

\*2016年8月4日~7日 第72回国際大会

台湾・台北で開催 <http://www.ic2016.org/>

\*関東東部CS事業資金 申請済(50000円)

神田川船の会では千代田区、中央区の親子学習

招待が増え、その乗船資金に充当

### 【例会卓話予定者】

\*2016年2月 上原道康氏 柿沼メン紹介  
演題は「健康な高齢者であるために」

### プロフィール:

元大手製薬会社で製品開発・市場開拓担当  
退職後「健康と食生活を考える会」を設立  
食事療法コンサルタント 食生活ジャーナリスト  
健康と食生活を考える会代表幹事  
日本成人病予防協会認定講師/  
埼玉県食の安全県民会議委員

情報誌として「健康美容ニュースbyミッチー・ウェリー」  
を月2回発行(平成28年1月号で459号発行済)

\*2016年3月 小山久恵さん 青木会長紹介  
タイトル「BF代表 オーストラリアの旅」

プロフィール 東京サンライズクラブ/1989年  
チャーターメネット、2002年入/クラブ会長2回  
東日本区地域奉仕事業主任経験、現在LT委員

\*4月/5月以降の卓話者候補・・・西澤メン提案の4名  
のうち、伊藤氏を第一候補に推します(役員会)

伊藤剛士氏 :3年ほど石巻YMCA勤務。東北震災の  
復興経験者。

新谷氏 元IBM社、情報時代の最先端の話しをしてく  
れると思います。

上田氏:ドイツ事情(長らくドイツ滞在、欧州のキリスト教  
事情の権威)

武藤氏:医療機器の製造販売、倒産の経験をしている  
ので、経験談を話してくれると思います。

(布上 記)



東日本区次期クラブ会長・部役員研修会に参加



2016年3月5日～6日表記研修会が東山荘に於いて開催され浅見、柿沼両メンが参加しました。往路は北クラブ村杉メンの車にJR浅草橋駅前から辰馬メンと私達が同乗させていただき8時30分出発、早めだったためか渋滞もなく10時30分には到着しました。

忙しく準備に追われるLT委員、次期東日本区キャピネットには申し訳ないが、ゆったりと昼食のカレーとコーヒーを味わいました。

研修Ⅱの山田公平氏による基調講演「これからのワイズ、YMCAにとってのワイズ」は1時間を超えるものでしたが、大変有意義で考えさせる内容で、かなりの方々がショックを隠せない様子が伺えました。私自身YMCAとの協働が国際ではかなり希薄になっていることを知り危機感を覚えました。

夕食懇談会は2時間を予定されていましたが、10テーブルに振り分けられて各テーブル毎に基調講演を受けて討論され、その結論が発表されました。例年のアルコールたっぷりの懇親会と一味違った試みに、ほとんどの参加者はしらふで感心しました。

その後、各部ごとに部屋に移り2時間部長を囲んで自己紹介でコミュニケーションしましたが、ここでもアルコールは少なく有意義な時間を共有しました。我々のグループも11時30分には就寝し、のんびりワイズには物足りなく思われたかも・・・

翌朝は雨の予報がハズレ雲があるとはいえ青空に富士山が映え、最高の景色でした。

次期書記・山本剛四郎メンの若々しい奨励で大変清々しい聖日礼拝を持ち、研修・分科会と続きましたが、閉会式まで緩みなくギューギュー押しつけられるでもなくスムーズに運営されました。永年のLT委員会が練り上げたプログラムに敬意を表します。

監事講評では高津監事から「次期会長の出席率が60パーセント弱で非常に少なく、今後の利根川理事の運営に悪い影響が出ないように願っています」とのことに現ワイズが置かれている状況を知る思いがし、なんとかワイズ運動を活性化しなくてはとの思いを強くしました。

復路は江東クラブ・相川メンの車に北海道からの参加者3名と共に同乗し渋滞もなく羽田での待ち時間調整のため私達を先に上野まで送っていただきました。

(浅見隆夫 記)

\*\*\*\*\*

Happy Birthday

3月 稲垣 重美(メネット) 上谷 伸子(メネット)  
樋口 元子(メネット)

\*\*\*\*\*

東京YMCA陽春のつどい



2016年3月5日(土)YMCA 東陽町センターに於いて吉田紘子委員長のもと陽春の集いが開催されました。

私達グリーンは搗き上がった餅に餡子、黄粉、納豆、大根おろしを添えた福餅パックを参加者に提供しましたが、大好評で青木会長、浅見(ク)、平林、布上各メンと布上メネット全員大奮闘しました。また、他クラブの方々が美味しい雑煮、漬物、お茶をたくさん準備して、差し上げました。

参加者は昔懐かしい子ども遊びや恒例の書道教室を体験していました。私も子供時代に習った書道に挑戦、先生に筋が良いとお褒めにあずかりました。

食後は視聴覚室での落語や童謡で盛り上がり、皆さま生き生きと楽しんでいる姿がとても印象的でした。お客様は160人くらいと聞いています。

グリーンクラブのみの反省・慰労会は地元、神田でたっぷり行いました。(浅見クミ子 記)



モチツキはひがしクラブさんにおまかせ

ケンダマやバーゴマは今でもできるよ



2016年4月14日(木)

～～第26回東京YMCAチャリティーゴルフ～～

\*  
例年通り<レイクウッド総成CC>で開催  
**参加者募集中!!!**

\*  
5月14日(土)開催「神田川船の会」の  
ペア乗船ご招待券を2セット賞品に提供  
参加お問い合わせはグリーンクラブか会員部まで

\*\*\*\*\*

クラブの円滑な運営のため、年会費をお納め下さい  
京葉銀行・こてはし台支店(普通6614121)  
東京グリーンワイズメンズクラブ 会計柿沼敬喜

\*\*\*\*\*



# フリテン図書室

## 第26回「ノルウェイの森」

村上春樹 講談社 1987年刊



村上春樹氏は毎年ノーベル賞文学賞候補になっている作家である。彼の小説のタイトルは、何時も奇抜さで読者の想像力をかきたてる。この小説は春樹氏の初期のもので、ビートルズ

の作品をモチーフにしているがノルウェイとは全く関係はない。自叙伝的な小説で1949年生まれの僕が高校から大学生活にいたる青春を如何に過ごしたかを周りの登場人物と共に生き生きと描かれている。

高校時代の親友キザキとその恋人直子との出会いからこの物語は始まる。

極めてまじめなキザキは、理由も明確にしないままに自殺してしまう。僕と直子は高校を卒業してそれぞれ大学に進むが、恋人を失った直子を慰めるうちに恋に陥ってしまう。僕は大学の寮に入寮したが、そこで突撃隊と称する元気のよい同室の学生と出会う。彼は途中で退寮するが、直ぐに先輩の矢沢さんと親しくなる。彼の自己流を通す一本気な性格に魅せられ誘われるままに着いて行き、いろいろな刺激を受けた。一方、直子との付き合いを深めるが、何時もキザキの亡霊を見る気がして肝心なところで引いてしまう。そのことに直子は耐えられない。

次第に直子は精神的に追い詰められ、京都に在る精神不安定者を癒す施設「いこいの里」に入ることになる。僕は、キザキの影に悩まされつつも直子の回復を心から願い、元気付けるために何度も手紙を書いた。直子のそばには先輩、レイコが居た。レイコは時には母のように時には姉のように直子に接し、精神的安定度を取り戻すよう指導していた。僕に対する返事もレイコがサポートしてくれていたようだ。一方で、私は大学の同級生、緑との付き合いを始めた。緑は魅力のある女性で包容力もあり心おきなく付き合うことが出来た。喧嘩をして何週間も別れることもあっても会うとすぐに打ち解けることが出来た。

1年後、寮を出て一人暮らしをするようになった。引越しのことを緑に告げなかった事で緑は怒り連絡を絶つ。久しぶりに会った時、僕は彼女の髪型が魅力的に変わっていたことに気が付かなかった。髪型やアクセサリの変化に気が付いて欲しいと言う女心が分からない僕は、いつも緑に叱られる。

結局直子は自殺を遂げ、僕は大きなショックを受けるが、最終的には緑の所に戻る決心をすることでフィナーレを迎える。

全共闘時代が終わり大学に静寂が戻ってきた1970年代初頭、一方で大阪万博が始まり日本の高度成長の恩恵に浴していたころである。個人の思想、主体性、そしてお金の価値などが見直されてきた時代でもある。春樹文学特有の情景描写、心理描写が極めて計算された美文調ベースのストーリーに乗って進む。性の問題も多く描か

れているがあまり不快感がない。これは文章力の凄さであろう。青春を振り返るには最も適した小説の1つである。

(西澤 紘一記)

# YMCA コーナー

2016年2月11日～16日まで、ミャンマー最大のヤンゴンに次ぐ都市、マンダレーを訪問する機会を得ました。



ミャンマーは東南アジアで、タイ・中国・インドに囲まれ、東西925km、南北に2,090km(日本は約3,000km)と細長い国です。熱帯気候で、年間を通じて日中は暖かい(暑い)と感じる気候です。歴史的には様々な国の統治を経て1948年に独立、1964年以来続いていた軍事主導政権が2014年にアウンサン・スーチーさんを中心とした

民主政権に変わりました。この政権交代は、いわば「ミャンマーの明治維新」とも言えるのではないかと思っています。市民の生活にも大きな変化が起きました。それまで定期的な停電が行われていたものがなくなり、安定した電気供給が行われるようになりました。インターネットの接続速度が速くなり、近代的なショッピングモールが建てられ、ミャンマーの伝統的な衣服であるロンジーに身を包んだ市民たちが買い物や食事を楽しんでいます。一晩中LEDのネオンサインが輝いています。これほどに発展しているとは露知らず、日本からのお土産に、消せるボールペン「フリクションペン」を買っていったところ・・・、ミャンマーの文房具店にきちんと売られていました。とはいえ、値段は高いので喜ばれはしましたが、店頭に並べて高いから売れない、という商品ではない、ということです。

滞在中に寺院を訪問しました。驚いたことに、仏像の後ろにもLEDのネオンが輝いています。「これは新しい仏像なのか？」と聞けば、200年くらい前のものだといひます。一方で、寺院の中に入るときには履物を脱いで裸足になります。屋外にもかかわらず、非常にキレイに掃き清められているのです。足の裏がザラザラと砂で汚れることがありませんでした。僧侶やボランティアが常にキレイに清掃をしているのですが、その信仰の深さと仏像のネオンのギャップが印象に残りました。

古さと新しさが混在するミャンマー。東京YMCAにほんご学院にミャンマーからの留学生はまだいませんが、日本を目指す若者がいれば、ぜひ夢の実現を応援したいと感じる国でした。(にほんご学院 校長 小野 実)

